

テーマ 「豊かな学びで個を育むための教科指導」 について

1. テーマ設定の理由

過去3年間、保健体育科のテーマとして「豊かなスポーツライフの実現をめざして」～互いに認め合い、高め合う学習をめざして～を副題に取り組んできた。変化の厳しい社会においては、生涯を通じて自発的・主体的に学んでいける能力が必要であるため生涯スポーツに結びつける「学び方」を身につけることが大切である。また、他者との関わり合いがなければ成立し得ない教科であるがために、それぞれが持っている能力や個性を認め合いながら、自分の周りにいる仲間とともに学び合う事が他教科よりも必要とされる。

そのために、一人ひとりが自分の課題やその課題を解決するための手だてを書いた個人ノートを持ち、意見や考えやアドバイスがもらいやすいように班会議を行い、さらに全体会議で全員での教え合いや学びの場を持つようにしてきた。そして、課題解決のための手だてや、教え合いや助け合い、声の掛け合いや励まし合いなどを通してコミュニケーションする大切さや、共に学習する喜びを味わった。また、学びを振り返る自己評価力や他者評価を受けた上での自己総合評価力などをつけることをねらいに取り組んできた。

その取り組みの結果として、それぞれの生徒が自分なりの運動やスポーツに対する関わり方を見だし、自分の成長を実感することができるようになってきた。また、学習活動の中で生徒たちは、仲間の存在に気づきながら運動やスポーツの特性や楽しさに触れることを大切にできるようになってきた。さらに、一人ひとりが自分の目的に合った運動をその適正に合わせて楽しもうとする姿勢や、積極的に運動・スポーツに関わろうとする姿勢が見え始めてきたように思われる。

保健体育科における学びの拓きとは、「日々の授業の中で自分なりの運動やスポーツへの関わり方を見だし、そして自分の成長を実感し、仲間の存在に気づきながら、運動やスポーツの楽しさに触れ、さらに高い目標を設定し、新たな関わりを求めていく。」つまり、毎時間の授業の中で、スモールステップの積み重ねができ、さらに次のステップに発展させるための学びが拓かれるのである。このサイクルが保健体育科での学習スタイルであり、一応の成果を上げたと考えている。

本年度、本校の研究課題は「豊かな学びで個を育む」と設定し、そのための研究の柱として3つ、「個性を拓く学び」、「社会につなぐ学び」、「世界と結ぶ学び」を置いている。その3つの柱のうち保健体育科では「個性を拓く学び」のための工夫や「社会につなぐ学び」を意識した実践は、すでに今までの研究でも取り組みを行ってきたのはいるが、今までの研究の成果をもとにさらに「個性を拓く学び」と「社会につなぐ学び」を中心に、本校の研究課題をうけた教科指導として研究を深めていきたいと考え、テーマを設定を行った。

2. 本年度の研究について

先に述べたように既に課題解決型の学習として「めあて学習」や「選択制授業」を取り入れて、生徒の運動欲求を満たすことや、多様な個人的特性を生かして主体的な運動実践力を育てようと工夫してきた。しかし、さらに追求するためには、子どもたちがそれぞれの力に合い、なおかつ楽しめる内容に取り組むことができれば、運動の学習が自発的で、積極的になり、活動が活発になる。そして、どんな困難にも立ち向かい、挑戦し、学習を深めようとする子どもに内在する力が解放され、引き出され、豊かになると考える。学習する子どもたちは多様で、技能レベル、意欲や態度、経験なども異なり、単一ではない。子どもたちが運動の機能的特性を求め、それに触れながら学習していくためには、多様なレディネスに対応して、単元の運動種目の取り上げ方を工夫しなければならない。つまり、学習する子どもたちにとってその運動はどんな特性を持っているのか、どこに魅力を感じ、どこが嫌いなのか、どんな楽しみ方を知っているのか、技能はどうか等を考え、そうした実態から単元の運動種目をみなければならない。そこから、どのような運動の取り扱い方をすれば、子どもたちが運動の機能的特性を求め、それに触れながら学習を自発的・

自主的に進められるのかがわかると考えた。

そこで、子どもたちの運動経験や既習学習の内容、好きか嫌い、などていねいに事前アンケートをとり、また、はじめの段階を今まで以上にていねいに取り扱い、必修に課題を解決していく場面（習得サイクル）と、それぞれの個性に応じて更に高い段階へ課題を設定し解決していく場面（探究サイクル）を意識しながら、スパイラルな学習が展開されるように単元を考えていく必要があると考えている。また、資料の提示のし方や、視覚教材などの工夫も必要であると考えている。

そして、3つめの柱である「世界と結ぶ学び」については、日本の武道や、民舞などを大切にしながら、また、保健単元では、環境問題なども「世界と結ぶ学び」として考え、教科としての単元の組み合わせをこれからの課題として考えてみたいと思っている。

保健体育科としての具体的な方向性としては

① 3年間を見通した、単元計画を見直す

現在、指導要領の領域での学校選択をあまり実施せずに、全単元を3年間全員に履修させ、その中で領域内での生徒自身による種目選択を行っている。

そこで、3年間の指導計画をもう一度精選し、特に3学年では大単元で組めるように工夫していこうと考えている。学習する子どもの立場に立って、単元の運動種目をとらえ、どの子もその機能的特性を求め、それに触れながら学習活動を自発的、自主的に進められるように計画を作る。

具体的には「何をめざし、どんなことを考え、工夫し、どんな運動を行えばよいか」、すべての子どもができる、すべての子どもがわかるような運動を取り上げたいと考える。

② 子どもたちの運動経験や、身体能力（体力と技能を合わせたもの）を把握する

教師もその個に応じた課題かどうかを確認するため、能力や個性などをしっかりとつかんで適切な支援をあたえるために、個人カルテなどをつくっていきたい。

③ 子どもたちが機能的特性に触れるための基礎的な技能の洗い出しと構造段階表をつくる

技能の高まりや、できた喜びをあげ合わせ、さらに次の段階に挑戦するための手だてとして具的に示す工夫をする。

④ 資料や学習カードの提示の仕方の工夫また、子どもにとって魅力的で効果的な教材開発

子どもたちが自分の課題達成のため、必要な時に資料や学習カードが子どもたち一人ひとりの要求に応じて与えられるように、あらゆる場面を想定しての資料づくりと、技能達成に向けた知識・理解力や思考・判断力をつけるための学習カードや視覚教材の工夫を行う。

⑤ 体育の基礎・基本をしっかりと習得させる

そのためには、「習得型の授業」で一定の能力保証のうえに、「探究型の授業」を展開させる。

以上の取り組みを研究することで、体育科としての「個性を拓く学び」と「社会につなぐ学び」が身につき、豊かな学びへとひろがりを見せると考えている。

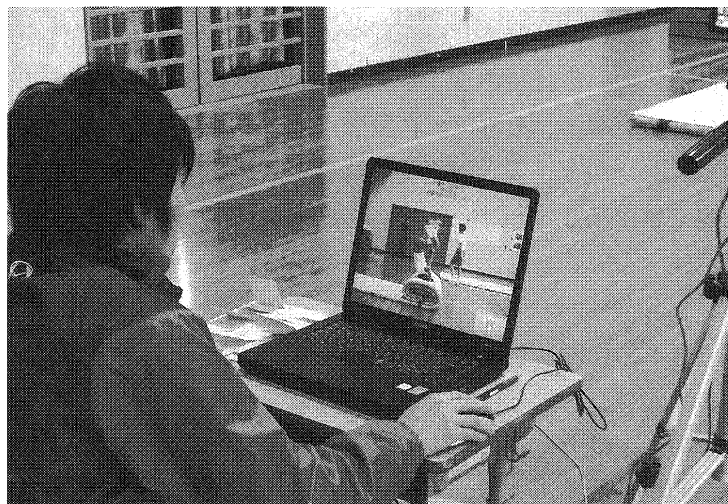
3. 成果と課題

本年度の成果としては、器械運動単元では「個性を拓く学び」を、選択球技単元「フットサル」では「社会につなぐ学び」を特に意識して授業を実践した。それぞれの成果と課題については後の実践のところで触れているが、器械運動では、一人ひとりを把握するための手だてとして、事前アンケートなどを生かし個人カルテをつくった。この個人カルテは選択技の決定や練習に、アドバイスや支援を行う資料とし

て大いに役立った。また、特別なビデオ撮りを行うことでそれぞれが自分の良い点や気をつける点が自分の目で見てわかり、練習するための方向を示すことで技能の高まりや、やる気を引き起こしたと考えられる。そして規定技で基礎・基本を習得し、各自の個性に応じた選択技に発展させるという新しい授業形態を取り入れることで、習得型から探求型への展開がスパイラルに行え、それぞれの個性を拓く学びがあったと思う。

フットサルについては、一人ひとり人の技能の高まりはもちろんあったが、社会とつなぐために社会人フットサルチームの試合を見学に行ったり、大学のフットサルチームと対戦したりと学校外の団体との交流をすることで、社会につながる学びが感じられた。社会人との関わりは、フットサルを選択した子どもたちに、学校外にだけ目を向けるのではなく、外との関わりから得た大きな学びが種となり、これからの必修教科の中でまた、学校内のいろいろな活動の中で芽を吹いてくるのではないかと考えている。そして、生涯にわたってスポーツに関わろうとする姿勢ができてきたのではないかとと思われる。

教科総論の中で提案している保健体育科としての方向性については、②～⑤についてはまだ不十分ではあるが、それぞれの成果を一応出すことができたと思われる。しかし、①の「3年間を見通した単元計画を見直す」ことについては、今までや今年1年間のカリキュラム実践の振り返りをもとに、大きく変えていかなければならないと考えている。指導要領の改訂や本校のカリキュラムをもとに、「何をめざし、どんなことを考え、工夫し、どんな運動を行えばよいか」をこれからの課題として、取り組んでいきたいと考えている。



実践1 必修教科1年生

① 題材 器械運動（マット運動・跳び箱運動）

② 題材について

器械運動は個人的な種目であるが、それぞれの個性に応じた技をそれぞれの課題に即した場の工夫をし、お互いにアドバイスし合いながら仲間と共に練習をして、出来た喜びを味わい合うことのできる種目である。この単位については全員が小学校で経験しているものの、「怖くて嫌い」という人が大半をしめている現状である。それは「できる」「できない」がはっきりしており、今まで学習してくる中で、器械運動本来の楽しさに触れる経験が少なかったからではないかと考えられる。

そこで本単位では、小学校での経験が多く、また他の器械運動種目の基礎となるマット運動と跳び箱運動の両方を全員が履修することとした。そして、器械運動の特性である、逆さまになる感覚や回転する感覚を味わい、さらに自分の体を自分の手で支えることや、筋肉をしめて体を引き上げる感覚をこの時期に味わわせることにより、次へつながるための基礎的な力をつけさせていきたいと考えた。

そのために全員が共通な技（規定技）に挑戦し、それぞれの個性に応じて場の工夫をし、できる喜びを味わう事が必要だと思った。そこでこれからいろいろな技に広がっていくであろう基礎的な技として、マット運動では「倒立前転」を、跳び箱運動では「台上前転」を規定技とした。マット運動ではほん転系の経験が少ない生徒達にとって、逆さまになって自分の手だけで体を支え、体を引き上げて前転につなぐという技はかなり難しく、また恐怖心が伴う。跳び箱運動でも、回転系の技の経験が少ない生徒たちにとっては、台の上での回転は落ちたり、跳び箱で背中を打つのではないかとという恐怖心がある技で、自分一人だけで技を完成させるには勇気のいる技である。しかし、仲間の補助やアドバイスを得ながら、場の工夫をすることでそれらの恐怖心を克服し、それぞれに段階は違っても、出来た喜びや日常生活とは違う感覚を味わうことができるのではないかと思う。規定技に共通する倒立は器械運動を代表する基本技あるいは必須技であるといえる。倒立が出来ることで、これから自分が選んでいく技も広がり、大きな自信につながる。また、マット運動、跳び箱運動のたくさんの技の中から、それぞれの個性に応じた技を選択し、仲間同士で助け合いながら、自分や仲間の姿を実際に映像で確認をしたり、教え合いをしながら完成度を高めていくことができればと考え、今回特別なビデオ撮影を行い、自分の技のできばえを分割写真で見えていく計画をした。そしてそのがんばりやできばえをみんなの前で発表し、評価しあう事で再度自分の取り組み姿勢や技のポイントを認識し、高めることにつながっていくと考えた。また、共通課題解決学習と選択課題解決学習の二段階のねらいを置くことで、習得サイクルと探究サイクルを組み合わせた総合的な学習形態が展開していけるのではないかと考えている。

③ 学習目標と評価規準

学習の目標	<ul style="list-style-type: none"> ・規定技や自分の選んだ技を仲間と協力してよりスムーズにしたり、さらにできそうな技や新しい技に挑戦して楽しむ ・いろいろな技のポイントを知り、互いに協力し合いできばえを認め合って技の向上と理解を深めていく
評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・場の工夫をし、安全に留意して運動を楽しむ
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・特性に興味を持ち、進んで楽しもうとする ・安全に留意して、意欲的に練習しようとする ・根気強く挑戦したり、互いに観察や補助をし合いながら励まし合って練習しようとする ・規定の技と各自の選んだ技に挑戦し、互いに励まし合って練習しようとする
思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ・各自に合った技を選択し、練習計画が立てられる ・技のできばえを確かめあいながら、課題を持って練習し、練習の仕方を工夫することができる

技能	<ul style="list-style-type: none"> ・規定の技が自分なりにできる ・自分の身体の各部の動きを意識しながら運動することができる ・新しい技ができ、得意な技と組み合わせることができる
知識・理解	・特性を捉え器械運動の意義や技のポイントや練習の仕方や場の設定の仕方がわかる。

④ 学習計画

単元計画

はじめ 1～3時間	なか 4～12時間	まとめ 13～15時間
<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション 学習のねらい、単元の見通しや学習の進め方などを理解する。 ・マット運動について 技の理解やセッティング、補助の仕方を知る。 ・跳び箱運動について 技の理解やセッティング、補助の仕方を知る。 	<div>ねらい1 共通課題解決学習 規定技がうまくできるように互いに協力し合い、技のできばえを楽しむ</div> <div>ねらい2 選択課題解決学習 自分の選んだ技に挑戦し、互いに協力しながら、技が円滑にできるうにする</div>	<ul style="list-style-type: none"> ・発表会を行い、学習の成果を確認しあう ・単元のまとめを行う

単元構成表

	学習活動	学習の中心	教師の働きかけと学びのサイクルについて	観点
はじめ 1～3時間	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・マットの扱い方などを知る ・跳び箱の扱い方などを知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動の特性、学習のねらいや道すじを知り、学習の見通しを持つ ・技の種類を知る ・マットのセットの仕方を知る ・倒立の基礎や補助の仕方を理解する ・場の工夫の仕方を知る ・マットでの前転や台の上での前転を行う ・跳び箱やロイター板のセットの仕方や跳び方を知る ・場の工夫を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動の特性や学習のねらい、道すじを理解させ、学習の進め方について説明する 『習得』 ・器械運動が恒に命の安全と背中合わせであることを理解させる 『習得』 ・ビデオをみて技の名前と完成された技を説明する 『習得』 ・ビデオの利用方法ね活用法を説明する 『習得』 ・マットの扱い方やセッティング・片付け方を知り、安全に気をつける姿勢を理解させる 『習得』 ・倒立の基本を知り、練習方法や安全な補助の仕方を学ばせる 『習得』 ・いろいろな場の工夫をすることを学ばせる 『習得』『探究』 ・手を見ることや頭を入れておへそを見ることなどポイントを学ばせる 『習得』 ・安全に気配りできるように跳び箱の扱い方について理解させる 『習得』 ・跳び箱の運び方やロイター板についてセッティングや扱い方を知る 『習得』 ・いろいろな場の工夫が出来ることを学ぶ 『習得』 	関心 意欲 態度 思考 判断 技能 知識 理解
なか	<div>ねらい1 共通課題解決学習 規定技がうまくできるように互いに協力し合い、その技のできばえを楽しむ</div> <ul style="list-style-type: none"> ・各自の課題に基づいて練習する 	<ul style="list-style-type: none"> ・倒立前転と台上前転のポイントに照らし合わせながら 	<ul style="list-style-type: none"> ・倒立前転と台上前転のポイントやいろいろな場の工夫や練習方法を指導し、資料を参考にしながら 	

か		<p>練習する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビデオ撮影をし、自己評価をする ・場や練習方法を工夫し、技のできばえを高めるための練習をする ・同じ課題や同じ場の仲間と協力しあって練習をする 	<p>ら課題解決のために粘り強く取り組む事を教える 『習得』</p> <ul style="list-style-type: none"> ・台上前転と倒立前転のビデオ撮影をし、自分のできばえを自己評価し、また互いにアドバイスをしあい、補助などの助け合いをしながら練習するようにさせる 『習得』『探究』 ・意欲を持って取り組んでいるかを観察し、指導する 『習得』『探究』 ・練習方法や場の工夫が適切であるか見極めながら練習するよう、お互いのアドバイスやVTRの活用をさせるように支援する 『探究』 ・場のセッティングや安全面について、十分指導する 『習得』『探究』 	<p>関心 意欲 思考 判断 技能 知識 理解</p>
4	<p>ねらい2 選択課題解決学習</p> <p>自分の選んだ技に挑戦し、互いに協力し合いながら技が円滑にできるようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・各自が選んだ技の課題に基づいて練習する ・自分の個性に合った出来そうな技を選んで場や練習方法を工夫して挑戦する ・同じ課題や同じ場所で互いに協力し合って安全に留意しながら練習する ・規定技と選択技を組み合わせ技の発表ができるように練習する 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒の体の状況をつかみ、挑戦する技の選択は適切であるか練習を見守り、合っていない場合はあっていそうな技の場の工夫や練習方法をアドバイスする 『習得』『探究』 ・互いに協力し合って練習しているか観察し、補助や技のポイントの支援をする 『習得』『探究』 ・学習の計画にムリはないか、お互いに適切な評価がなされているか観察し、出来てない場合は資料や視覚教材を利用するように指示する 『習得』『探究』 ・粘り強く練習しているか観察し、励ます 『習得』『探究』 ・発表会を意識して技を組み合わせ練習するように指示する 『習得』『探究』 ・自分の場の工夫で発表会に臨めるように場の確認と技の出来具合を見る 『探究』 	
13時間	<ul style="list-style-type: none"> ・発表会に向けて仕上げの練習をする 			
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・発表会 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習発表会を行い課題達成ができたか確かめる ・協力し合い、楽しくできたか、仲間と協力できたかなどの振り返りをする <ul style="list-style-type: none"> ・自己評価 ・相互評価をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のガンバリをみんなの前で自身をもって発表できるような雰囲気をつくる 『習得』『探究』 ・お互いの演技を見せ合う事で自分との違いを理解し、たたえ合う用に助言する 『習得』『探究』 ・自己評価、相互評価により、単元を通しての成果を意識させる 『探究』 	<p>関心 意欲 態度 思考 判断 技能 知識 理解</p>
14				
15時間				

⑥ 本時の展開

- ・規定技をよりなめらかにできるよう互いに協力し合い、できばえを楽しむ。
- ・選択技を場の工夫をし仲間と観察やアドバイス・補助など協力しあいながら完成を目指して取り組み、できた喜びを味わう。
- ・安全に留意しながらねばり強く練習する。

⑥ 本時の展開

— 91 —

- ビデオや資料で技の完成された姿を見てきちんとイメージを持つようにアドバイスする。
- 互いに高めいながら学習している姿をほめる

予想される場の工夫

マット運動

(倒立前転)

- 壁やトビラの段を使っでの倒立の練習
- セフティーマットを使って倒立からの前転の練習
- 跳び箱を使っでの逆さ倒立の練習
- 補助倒立

(前方倒立回転)

- マットを折り重ねる
- 壁を使っでのブリッジ
- 跳び箱を使っでのブリッジ
- 跳び箱の1段置いての起く
- ロールマット

(前転)(後転)

- マットを2枚重ねる
- セフティーマットを敷く
- ロイター板を入れて坂をつくる

(前方倒立回転跳び)

- ステージから
- マットを折り重ねて
- ロールマットで
- マットの下にロイター板を入れて

(開脚前転)(伸膝前転)

(開脚後転)(伸膝後転)

- マットの下にロイター板を入れて坂を作っ
て
- マットを積み重ねてマットの上に置き段
差を作る
- マットを縦に降り幅を狭くする

(頭はね起き)(首はね起き)

- 跳び箱を使う
- マットを折りかさねる
- ステージから
- ロールマット

(とび前転)

- マット2枚重ね
- ゴムを使う
- 跳び箱を使う
- セフティーマットを置く

(側方倒立回転)

- 壁を使って
- ゴムを利用して
- マットにテープを貼って

(前方宙返り)

- ロイター板とセフティーマットで

(後方倒立回転跳び)

- セフティーマットで
- 跳び箱を使って

とび箱運動

(台上前転)

- 跳び箱の上にマットをのせる
- 跳び箱を繋ぎマットをのせる
- ロイター板を2枚重ねる

(開脚跳び)

- マットをかける
- ロイター板2枚重ね
- 跳び箱2個つなぐ
- ロールマットで

	<p>(頭はね跳び) (首はね跳び)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ステージで ・ 跳び箱 1 段で ・ マットを折り重ねて ・ ロールマットで 	<p>(抱え込み跳び)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 跳び箱 2 台で ・ マットを折り重ねて ・ ロールマットで ・ 跳び箱にマットをかぶせる
	<p>(前方倒立回転跳び)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ステージで ・ ロールマットで ・ 跳び箱の 1 段で 	<p>(仰向け跳び)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ マットをかぶせる
	<p>(側方倒立回転跳び)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ステージで ・ 跳び箱を 2 個つなぐ ・ マットをかける 	
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> ・ 班会議 個人の課題の達成度や自己評価と次時の視点や課題について話し合う ・ 全体会議 みんなの頑張りを全員で認め合い、疑問についてアドバイスをし合う ・ 次時の予告 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 班長を中心にみんなで活動を振り返り、課題が達成できたか評価させ、出来るようになった所はみんなで認め合い、困っているところは次に向けての課題合いができていないか観察する。 ・ 自分が課題としていない技についてもみんなで考えたり、できるようになった喜びをみんなで認める雰囲気をつくる。

⑦ 結果と考察

この器械運動の授業は本校の研究テーマの 3 つの柱のうち、とくに「個性を拓く学び」を中心に据えて実践に移した。また、教科総論に書かれている保健体育科の方向性に示した 5 つのうち、②「子どもたちの運動経験や、身体能力の把握」については、器械運動の単元に入る前に、既習経験や自分の身体の特徴、挑戦してみたい技名などアンケートをていねいにとり、一人ずつのカルテを教師資料としてつくった。このことにより、それぞれが選択技を決める時や練習をしていく時に、それぞれの個性にあった運動系統の技であるかなどを支援しながら進めることができた。そこからできた満足感を味わわせたり、技能の高まりややる気を持って取り組むことができたと考える。また、③「子どもたちが機能的特性に触れるための基礎的な技能の洗い出し」についても、器械運動の機能的特性である、逆さまになったり回転する感覚を全員に味わわせるために、マット運動では「倒立前転」、跳び箱運動では「台上前転」という逆さまになり回転し、自分の体重を自分の両手で支えるというマット運動にも跳び箱運動にも技のポイントとして共通する点の多い 2 つの技を規定技として取り組んだ。2 つの規定技の基礎・基本をいろいろな仲間の助けを借り、場の工夫をする中で習得する授業を計画した。そのことで知識理解はもちろん、思考判断力やコミュニケーション能力も付けながら、次の自由選択技に発展させるという、「習得型」から「探求型」の深まりが随所に見られた。④「資料や学習カードの提示の仕方の工夫また、子どもたちにとって魅力的な教材開発」については、新しく分割写真をとれるスティックを購入し、それをコンピューターに差し込みビデオで撮影することで、わかりやすい自分の姿を確認することができた。規定技の全員のはじめの映像をとり、各自の良いところや直さなければならない課題を、自分の目で見て学習をすすめていくことにより、今までのビデオ撮影の映像だけではなく、コマ送りの自分の姿にたくさんの課題を見つけ、練習の

以上の取り組みから、「個性を拓く学び」については、一人1人が自分の課題をきちんともちながら、自分の目で自分の姿を確認することでより自分の個性がひろがり、2年生になったときの器械運動の深め方や広げ方が次の課題となってそれぞれの感想に書かれている。

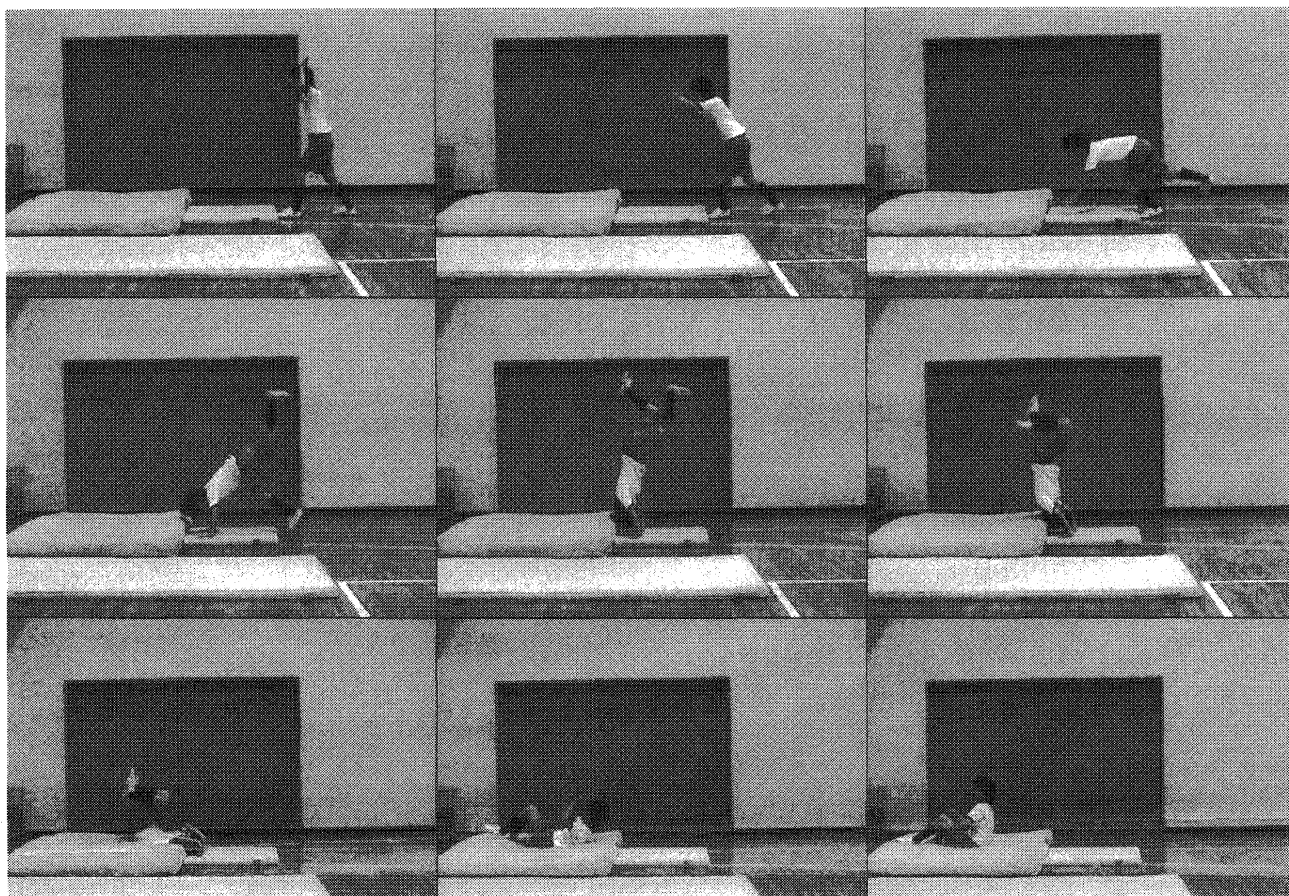
単元を終えての生徒の感想

1年 組 番 氏 名

器械運動の単元を終えての感想や学び

器械運動は、何の何とでもいえます。何立もできなかったし、全く、
と今回の授業で、うれいにもなりました。お礼。
倒立とて、少しは勉強も、一度とてお礼に。なした。
ハドス、ググも全然とできなかった。最終的には、どうにもなりませんでした。
ホム、と、いふか、で、2年、に、な、て、た、女、の、ま、ら、か、た、い、な、と、思、
い、ま、し、た、。な、も、と、な、る、ま、は、思、て、い、ま、た、の、で、ど、く、し、て、い、ま、す、。
また、色、を、な、ま、と、さ、う、に、な、れ、た、い、い、ぞ、。
幸、ひ、と、は、倒、立、す、て、い、ま、さ、う、な、と、ま、だ、に、な、て、い、ま、す、く、分、か、り、ま、し、
た、か、ら、そ、れ、が、あ、り、な、の、が、い、い、と、思、う、人、た、た、。、
ホム、に、な、り、か、た、す、。
ほか、と、も、難、い、(1)技、挑、戦、し、て、い、ま、た、り、と、思、い、ま、し、た、。
お、ま、の、前、と、の、ラ、イ、ト、(挑、戦、者)、は、い、ま、し、あ、り、ま、し、た、。
さ、い、結、論、た、と、思、い、ま、す、。お、か、ま、の、ま、ま、お、う、て、ま、た、い、

[illegible]



写真と見ての自分の問題点

(倒立前転)

- ・ひざがまが、いて、倒立がきちんとできていない。
- ・三角形の頂点を見て、倒立ができていない。(頭が入、まっている)
- ・倒立をした状態で止まれている。

改善方法

- ・足をしっかりとのはず
- ・三角形の頂点を見る(あごを出す)のを意識する。
- ・倒立をしたときに、すぐに倒れていかなないように、あまり勢いをつけずに、手でしっかりと体を支える。

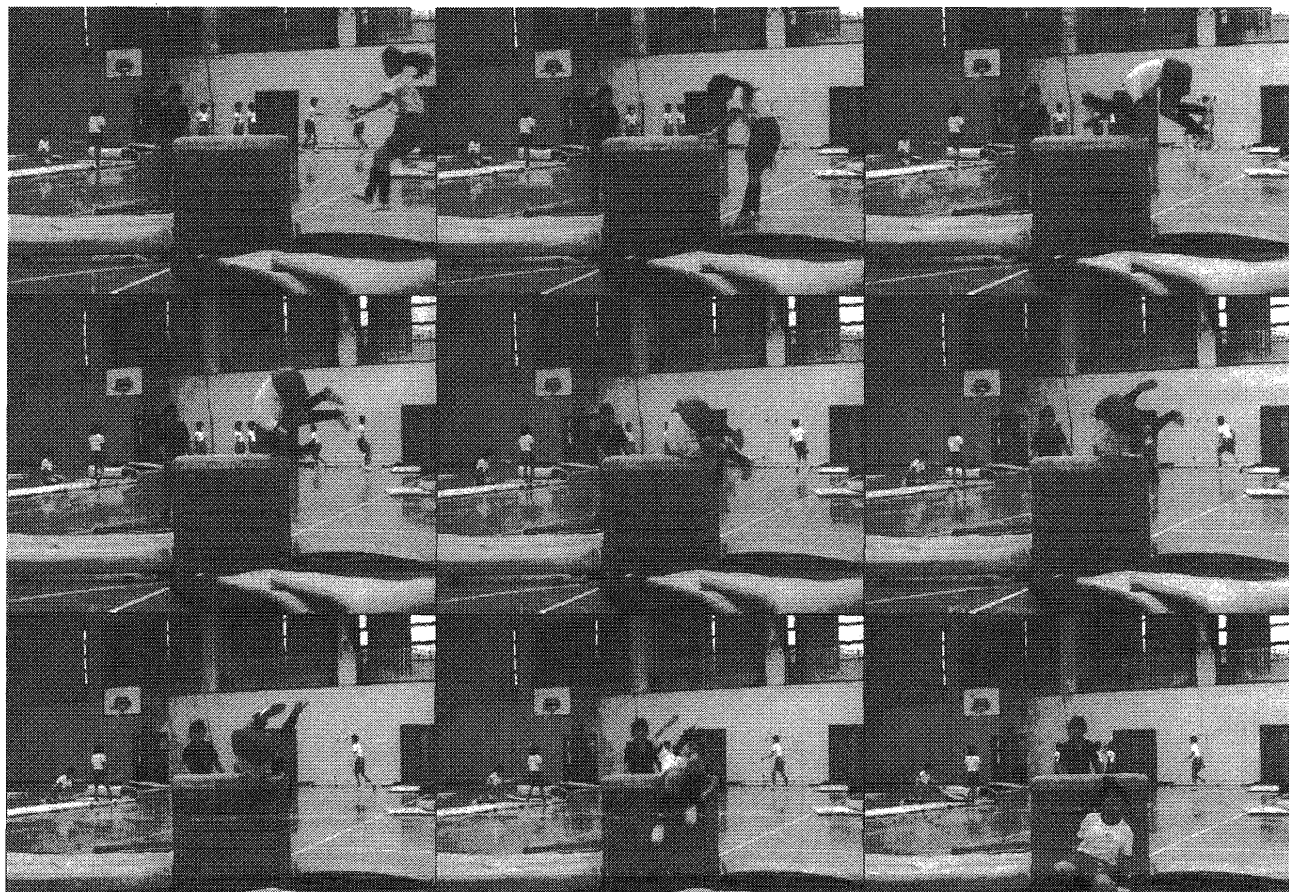
倒立で
地球を持ち上げよう。
かべ倒立の練習
をしよう。

首の運動して
と前をみよう

倒立をする

かべとフリップをして
でやるようにしたら、
普通の倒立もできるようだよ

(班のなかまからのアドバイス)



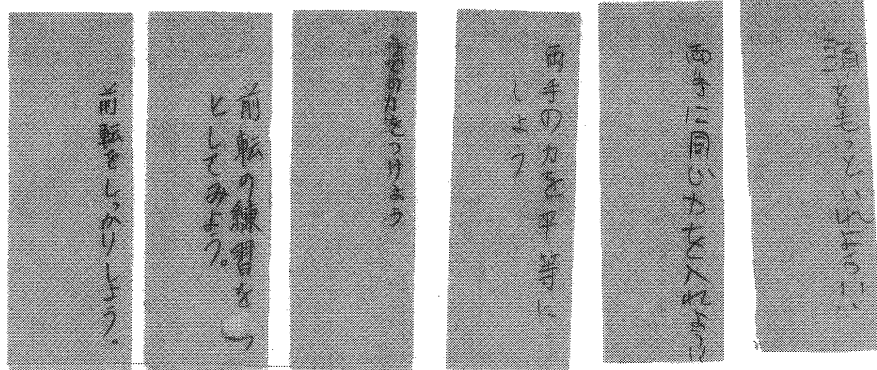
写真を見ての 自分の問題点

(台上前転)

- ・着手の時に腰があまり高くあがっていない。
- ・頭へ入れおへそを見ていない。
- ・両手の力が同じではない。

改善方法

- ・着手の時にロイター棒をつよく蹴り切る。
- ・着手の時にまず、ついた手を見てそのあと、頭を入れおへそを見る。
- ・しっかり手をつき腰を上げる。



(班のばかまからのアドバイス)

11月



1日

水曜日



2限

7時間目

マント運動

今日練習する技名	気をつけること	時の工夫
① 倒立前転	足をもちとめはす。	
② とび"前転	力強くふみつける。 手でしっかり支える。	

低い跳躍運動

今日練習する技名	気をつけること	時の工夫
① 頭はねとび	ちゃんと反る。あとしき!! 着地をキレに。	
② 首はねとび	きちんと反る。手でしっかり つまはなす。	

低いとびば=からち(3段)

練習計画

準備・準備運動

めあて確認

第一種目

倒立前転

第二種目

頭はね

首はね

班会議・全体会議

後片付け

0 10 20 30 40 50

自己評価

準備運動を行ったか	(5)4321
自分に適した技を選んだか	5(4)321
自分のつまづきは分かったか	5(4)321
練習方法がわなかったか	5(4)321
課題に合った練習ができたか	5(4)321
繰り返し練習はできたか	5(4)321
教え合いはできたか	5(4)321
安全にできたか	5(4)321
課題は達成できたか	5(4)321
技は達成できたか	5(4)321
課題・後片付けはできたか	5(4)321
班会議や全体会議での学びがあったか	(5)4321
合計	46

感想やわかつたこと、学んだことなど 35042

後片付け

仲間からもらったアドバイス

〇〇さんから

<頭はね>

もと手をはのばす。

<倒立前転云>

足をはのばす

倒立前転でうまくならなかった

ので、全体会議でアドバイスをもらった。よくあかりました!

首はねは、なぜか頭はねにならな

でも頭はねとびは(友達のアド

バイスは)「ほほう」でできています

[illegible]

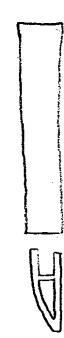
発表会

発表会

マット運動 (技名と場の工夫を図や文字で説明)

倒立前転
中マットで倒立前転した後、足か走をつけて前宙。ス.5

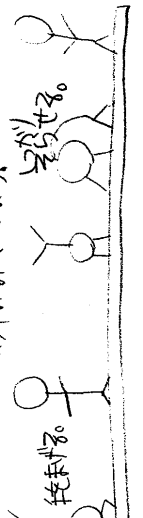
ローター板と緑のマット。



見て欲しい所、工夫したところ
指先で作った頂点をおおこで見て、体をひきしめる。(地球を持ち上げる) としておへそを見て丸まり着せ。

マット運動 (技名と場の工夫を図や文字で説明)

倒立前転
倒立前転
マットのみでします。
倒立前転
倒立前転
倒立前転




見て欲しい所、工夫したところ
うでをしっかりとまわして、頭を入れるところ
小さくまわる、たこ。

いかり背中がそれてくるようにしたところ。

跳び箱運動 (技名と段数、向き、場の工夫を図や文字で説明)


跳び箱運動
ローター板と中マット。



① 台上前転
見て欲しい所、工夫したところ
腰の上がり、手のつく位置を見ている。おへそを見て丸まる。

跳び箱運動 (技名と段数、向き、場の工夫を図や文字で説明)


跳び箱運動
ローター板と中マット。



① 台上前転
見て欲しい所、工夫したところ
いかり背中がそれてくるようにしたところ。
着地の仕方など。(カ強いと知らぬ)

跳び箱運動 (技名と段数、向き、場の工夫を図や文字で説明)

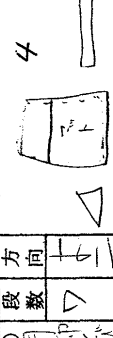
跳び箱運動
ローター板(縦)と緑のマット。



② 台上前転
見て欲しい所、工夫したところ
腰の上がり、手の位置、距離を近くしきまな事。跳み切った前二重のことで離す。

跳び箱運動 (技名と段数、向き、場の工夫を図や文字で説明)

跳び箱運動
ローター板と中マット。



② 台上前転
見て欲しい所、工夫したところ
いかり背中がそれてくるようにしたところ。
とび箱の上にマットをかける。
手がすべらないようにするため。

発表しての感想

発表して二連結開脚部跳びで失敗したのが一番悔しいです。一番好きで得意な技だったので、悔しいです。でも授業中も百発百中しやなかったの、しょうがないです。また、器械運動の練習会が、これは多量の修正として、新しい技も取り入れていきたいと思います。

発表しての感想

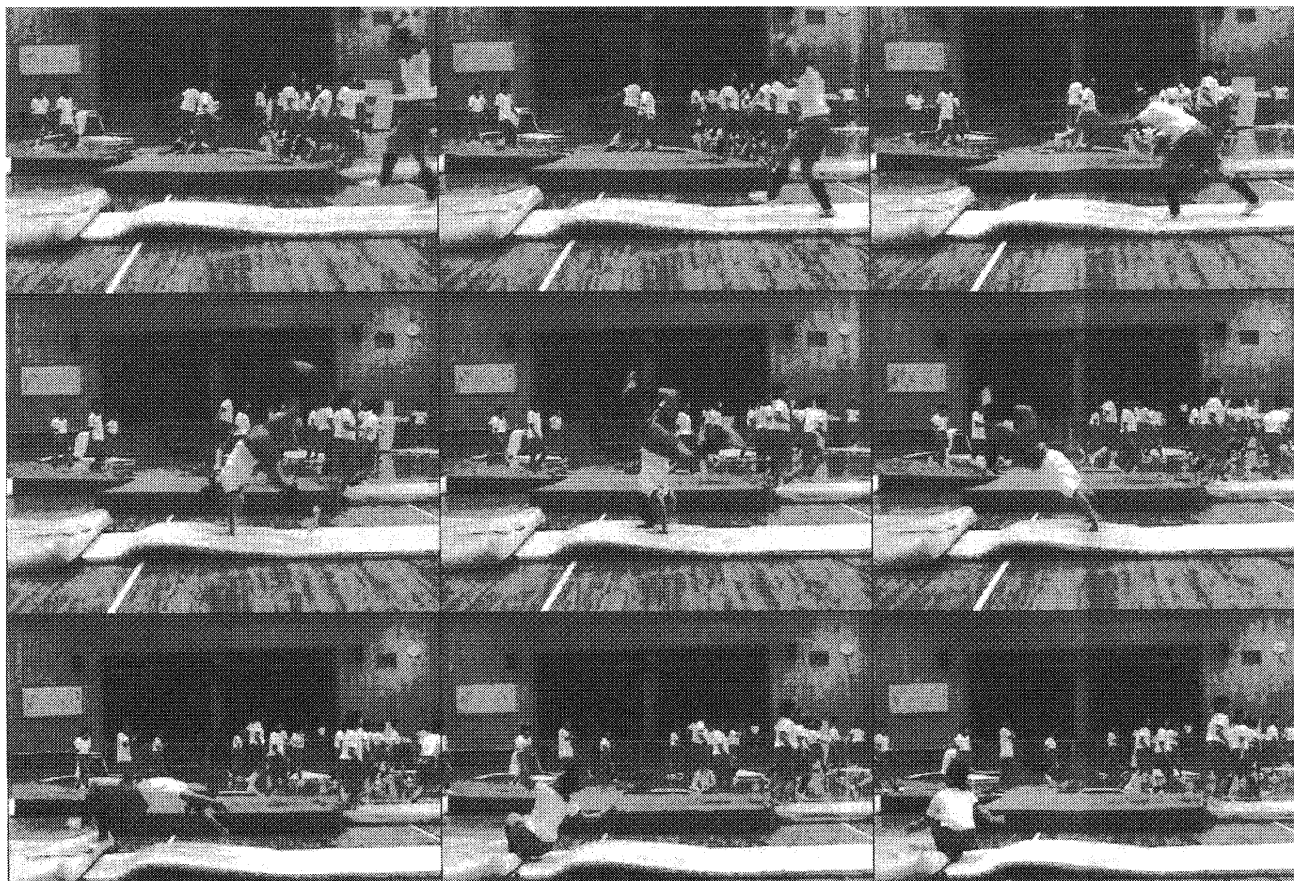
マット運動の倒立前転は、けっこうできたと思います。(きれいに) グリッジは背中がそれたので、まあ、OKでした。とび箱は台上前転を発生にほめてもらえてうれしかったです。開脚とびは足をのびておぼつかないです。

みんなの前でするのは、めっちゃきこえつしました。

でも思ったより、今までの成果を、きこえて、よかったです。それから、機会があれば、この事を生かしたいです。

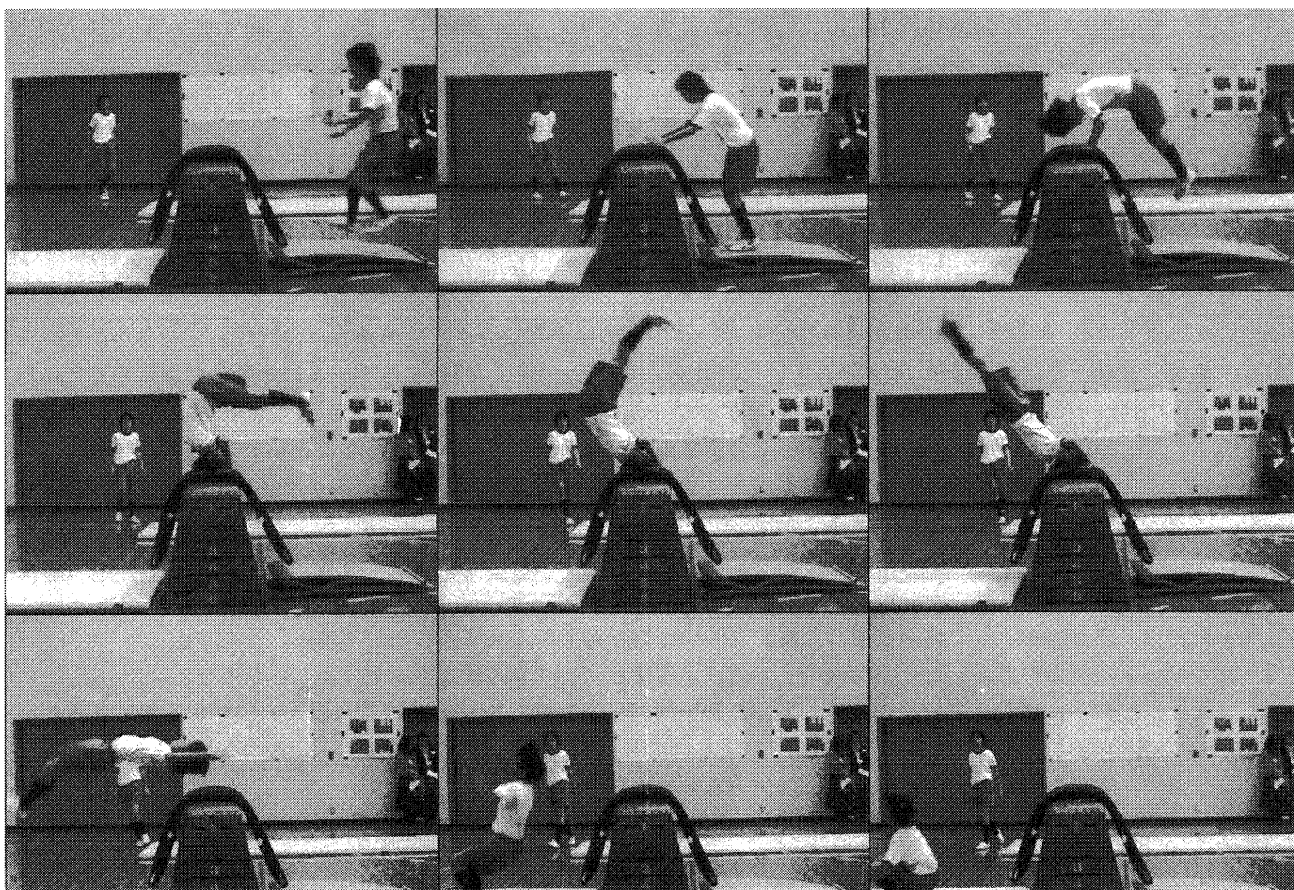
自由選択技 分割写真

マット運動 ハンドスプリング



自由選択技 分割写真

跳び箱運動 ヘッドスプリング



実践2 選択教科2・3年生

① 題材 MSA 球技「目指せ！フットサル日本代表！」

② 題材について

生涯スポーツに統合・一環化される中学校体育は、スポーツ実践の一時期であるとともに、生涯にわたり豊かなスポーツライフを実現する資質や能力の基礎を培うことを目的としている。そのため、日々の授業においては、運動・スポーツの特性に触れることを目標におきながら、自ら課題を見つけ、その課題解決のために練習等を工夫しながら1時間の授業を自ら計画（デザイン）する力を身につけさせたいと考えている。必修教科の場合は、「学び方」に重点を置いた授業内容を計画しているが、本講座である選択授業では、技能面やチームでの活動をより重視した発展的な学習を計画している。

今回、MSA球技として取り上げる「フットサル」は、2つのチームが同一コートの中で攻防を繰り返すゴール型の特徴を持つ種目であり、得点を目指して、生徒一人ひとりがそれぞれの良さを生かして互いに教え合ったり、支え合ったりしながら自発的・自主的に学習を進めることや、技能や体力の向上に応じたゲームの質的な高まりに楽しさや喜びを味わうことができる運動である。フットサルは、サッカーと比べ、ピッチサイズも小さく、少ない人数でもゲームを行うことができるので、気軽に参加できることやプレーする一人ひとりがボールに多く触れることができること、シュートを打つ場面が多いこと等から世界中で人気のあるスポーツの一つであり、日本のフットサル人口は100万人ともいわれている。また、接触プレーに制限があるため、安全にプレーできるスポーツとして、女性にも人気がある。このように性別、年齢に関係なく参加でき、楽しめるところにフットサルの最大の魅力があるといえる。

本講座の授業では、「フットサル」を深く知るために、まずフットサルの歴史、サッカーとの違い、フォーメーション等をチームで調べることからスタートし、実際に和歌山県のフットサルリーグを見学したり、昼休みを利用しての本校サッカー部との試合や大学生・社会人チームとの試合も計画している。これらの活動や選択授業での練習、ゲームを通して自分の可能性を発見させ、個性を伸張させたい。（『個性を拓く学び』）

また、周囲の人々と協調しながら、社会の一員として主体的に判断し、適切に行動できる生徒を育てていきたい。（『社会につなぐ学び』）

授業においては、ゲームで出てきた個人やチームの課題を練習し（「習得サイクル」）、身につけた力でさらに質の高いゲームを行う（「探究サイクル」）というように、二つのサイクルが有機的に関連し合うことによって、生徒が伸びていけるような学習にしたいと考えている。

③ 学習目標と評価規準

基礎・基本	学習目標	フットサルの特性を理解し、ゲームの中から自分や自分のチームの問題点を明らかにし、その課題の解決をめざして練習を工夫すると共に、対戦するチームに対応した作戦を立て、自チームの良さを生かしながらゲームを楽しむことができる。
関心・意欲 ・態度		<ul style="list-style-type: none">・仲間の存在を大切にし、自チームの良さを生かしながらゲームを楽しむことができる。・チームにおける自分の役割を自覚して責任を果たしたり、互いに教えあったりしながら進んで練習やゲームを行うことができる。・安全に留意しながら、仲間と協力して準備や後片付けをすることができる。
思考・判断		<ul style="list-style-type: none">・現在の自分やチームの課題は何かを見つけることができる。・自分やチームの課題にあった練習方法や作戦を考え、工夫することができる。・ルールを工夫したり、作戦を立てたりするなど、ゲームの仕方を工夫することができる。
技能		<ul style="list-style-type: none">・チームや自分の能力に適した課題の練習やゲームを通して集団的技能や個人的技能を高めることができる。・チームで考えた作戦を生かしたゲームを行うことができる。
知識・理解		<ul style="list-style-type: none">・フットサルの特性や学習の進め方、技術の構造について理解を深めることができる。・フットサルのルールや審判の方法を理解することができる。

④ 学習計画（単元構成表） 全 9 時間

時	学習過程	学 習 の 中 心	教師の働きかけと学びのサイクルについて	観点
は	1	オリエンテーション	・ 学習のねらいや道すじを明確にし、課題解決の方法や仲間とのかかわり方を考えさせる。 『習得』	【関】
じ	5	チーム編成	・ 調べたことを発表させ、フットサルの基礎的内容を共通理解させる。『習得』『探究』	【思】
め	2	試しのゲーム	・ 生徒個々の技能の習得状況やチームの課題を把握する。	【知】
な	3	ねらい① ルールや練習を工夫し、個人的技能や集団技能を高めながらゲームを楽しむ	・ 個人およびチームの課題を明確にさせる。 『習得』	【関】
		・ 個人やチームの課題について練習する	・ 課題達成に向けて、場の工夫や練習方法、技術の要点について助言する。 『習得』	
		ねらい② 自分たちのチームの良さを生かし相手チームに応じた作戦を立ててゲームを楽しむ	・ チームに応じた課題や練習方法が計画されているか確認する。 『習得』『探究』	
		・ それぞれの長所を生かしたフォーメーションを考え、相手チームに応じた作戦を立ててゲームを行う	・ 審判や試合の運営が上手くいっているかを確認する。 『習得』『探究』	
か	8	ねらい③ 今までの学習のまとめとして、大学生・社会人チームと対戦する	・ チームを越えてアドバイスをするように働きかけ、互いに高め合いながらチームの成長を確かめ合えるようにする。『習得』『探究』	【知】
			・ 自己の能力やチームの状況に応じた課題や相手チームに応じた作戦が立てられているか確認する。 『探究』	
ま	9	単元のまとめ	・ これまでの学習を互いに認め合い、評価できるように、評価プリントを用意する。 『習得』『探究』	【関】
		学習を振り返り、学習活動全体のまとめと反省を行う	・ 単元全体を振り返り、今後の学習に生かせることを考えさせる。 『探究』	

⑤ 本時の目標

- ・対戦するチームに対応した作戦を工夫し、自チームの良さを生かしながらゲームを楽しむ。
- ・互いの存在を認め合い、高め合いながら練習やゲームに意欲的に取り組む。
- ・安全に留意し、審判やゲームの運営ができるようにする。

⑥ 本時の展開 (7 / 9)

	学 習 活 動	教 師 の 支 援								
は じ め	<ul style="list-style-type: none">・コート、用具の準備を行う。・全体集合、あいさつを行う。・チームごとに本時のめあてを確認し、学習の見通しを持つ。・準備運動を行う	<ul style="list-style-type: none">・協力して準備できているかを観察し、安全を確認、点検する。・それぞれのチームの課題に応じためあてや練習方法が計画されているか確認する。・準備運動が適切に行われているか確認する。								
な か	<div>ねらい②</div> <div>自分たちのチームの良さを生かし相手チームに応じた作戦を立ててゲームを楽しむ</div> <div>1 チームごとに計画している練習を行う。</div> <div>2 チームごとに対戦相手に応じた作戦の確認を行う。(2分×3)</div> <div>3 <div>ゲーム (7分×3)</div></div> <div><table><tr><td></td><td>審判</td></tr><tr><td>チーム①VSチーム②</td><td>(③)</td></tr><tr><td>チーム②VSチーム③</td><td>(①)</td></tr><tr><td>チーム③VSチーム①</td><td>(②)</td></tr></table></div> <div><div>生徒の予測される反応</div><ul style="list-style-type: none">・攻撃を急ぎすぎてボールを失う。・サイドをうまく使えない。</div>		審判	チーム①VSチーム②	(③)	チーム②VSチーム③	(①)	チーム③VSチーム①	(②)	<ul style="list-style-type: none">・課題に応じた練習が計画通りに進んでいるか観察する。できていないチームには、資料の提示やアドバイスをを行う。・チームで考えた作戦を確認し、各自が役割を果たせるように声かけを行う。・よいプレーは積極的に賞賛する。・練習したことがゲームの中で生かせるように声かけを行う。 <div><div>反応に対して</div><ul style="list-style-type: none">・味方、相手、スペースをよく観て、タイミングを合わせてパスするように声かけを行う。・フォーメーションも含めて、サイドのスペースの使い方をアドバイスする。</div>
		審判								
チーム①VSチーム②	(③)									
チーム②VSチーム③	(①)									
チーム③VSチーム①	(②)									
ま と め	<ul style="list-style-type: none">・グループ会議を行い、個人やチームの活動を振り返る。・全体会議で互いに良かったところや問題点などを話し合う。・次時への見通しをもつ。	<ul style="list-style-type: none">・一人ひとりが本時の学習を振り返り、次時への課題が持てるよう声かけを行う。・個人、またはチームでがんばったところを進んで発表できる雰囲気をつくり、みんなで認め合うことができるようにする。・本時の活動を評価し、次時への意欲を高める。								

⑦ 結果と考察

本講座では、必修教科の発展として、生徒一人ひとりがフットサルに興味を持ち、自主的・主体的にフットサルに係わることができるように、実際に和歌山県のフットサルリーグを見学したり、大学生・社会人チームとの試合も計画し、実施したりしたが、このことが、チームの課題や個人の課題達成に向けての活動に良い影響を与えたように思う。フットサルリーグの見学においては、自分たちの目で社会人の高い技術を見ることにより、生徒達は「僕もあんなプレーをしてみたい」や「授業の時に今の攻撃の練習をしよう」と話し合うなどプレーに刺激を受けた様子であった。また、審判や運営の仕方も学ぶことができた。



このように、会場の雰囲気や試合の熱気に触れることができたことは、フットサルを行っていく上で、大変意義深いことであったといえる。また、大学生や社会人チームとの試合を計画したことで、授業の中での練習にも意欲的に取り組み、試合においても互いにアドバイスする姿が見られるようになった。(毎授業後に書く「アドバイスカード」に、チームの枠を超えて解決すべき課題やそのための練習方法などを書くことも、自分たちの課題をより明確に知る手助けとなった。)

大学生・社会人チームと対戦するという目標を持つことが、チームとして、また個人としての意欲的な活動を引き出したといえる。実際に大学生・社会人チームと対戦した時は、その動き出しの速さに驚きつつも、一人ひとりが協力し、精一杯プレーすることができていた。結果は、1勝2敗であったが、最後の試合は、それまでの2チームが負けていたこともあり、全員で応援することができていた。そして、緊迫したゲーム展開が続き、最後に勝利した時は、自分のことのようにみんなで喜び合う姿が印象的であった。



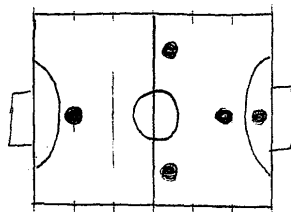
本講座「フットサル」の授業は、生徒一人ひとりに自分の可能性を発見させ、個性を伸張させたい(『個性を拓く学び』)という思いと、周囲の人々と協調しながら、社会の一員として主体的に判断し、適切に行動できる生徒を育てていきたい(『社会につなぐ学び』)という願いからスタートした。その中で、社会人リーグの見学や大学生・社会人チームとの対戦を単元の中に計画したことが、生徒一人ひとりの自主的・主体的な活動を引き出し、そして、技能の深まりやフットサルという競技の特性に触れる学習の深まりにまで発展していく結果となった。また、仲間同士の活発なコミュニケーションにもつながっていった。

このように、選択教科の授業を必修教科の発展した授業(必修教科で身につけた力をさらに伸ばし、また実践していく場)として捉え、目標を持って取り組める内容と、その単元の中に本物(その道に精通した人など)と触れ合う機会を計画することは、生徒一人ひとりが自主的・主体的に運動に係わり、生涯にわたり豊かなスポーツライフを実現する資質や能力を身につけていくことに、大変効果的であり、研究に大きな示唆を与えてくれるものであった。和歌山大学教育学部附属中学校という特色を生かし、今後、大学の教官や学生との連携をはかることが一層望まれるといえる。

また、課題としては、授業時数の少なさを挙げることができる。今回の選択教科「フットサル」の授業は全9時間であり、生徒の活動を保証し、チーム、また個人としてもさらに発展させていくためにも、授業時数を確保することは必要不可欠であるといえる。実際に生徒からも「もっと続けたい」や「チームとして機能してきたところなのに終わるのが残念」という声もあり、今後、学校として、選択教科の授業をどのようにカリキュラムの中に計画していくのか大きな課題であるといえる。

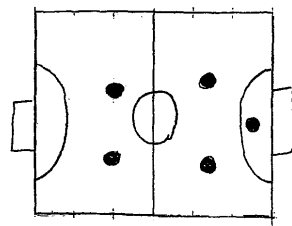
フットサルの7人制 (ポジション) について

1-2-1 の7人制



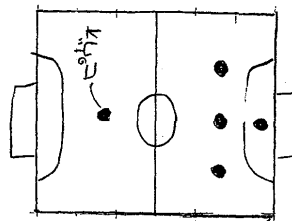
- ・ディフェンシブ型とも呼ばれる。
- ・フットサルの基本の7人制。
- 攻撃、中盤、守備とコート全体をバランスよくカバーする。
- へはじめてフットサルに取り組みなうまうまは、この形がリー

2-2-1 の7人制



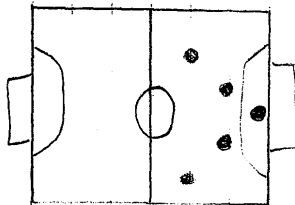
- ・ボックス型
- ・守備と攻撃は決まっています
- ・1-2-1より攻撃力アップ

3-1-1



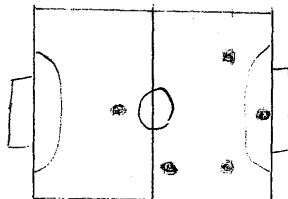
- ・ボールキープ力がある選手をピボット (Pivot) にして、4-4を構成する。
- ・ピボットを中心にチームを回す。
- ・守備から攻め出し、守備と攻撃を繰り返す。
- ・攻撃に力をつけると、ピボットにボールが回ってきて、その間に両サイドがハーフに回ってきて、

4-0-4



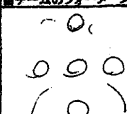
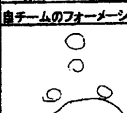
- ・4人制コンバトになり、攻めと守りを繰り返す形。
- ・守備の時は4人がたため守りはたい。
- ・攻撃の時は4人でいいせいにせめる。
- ・運動量が多いため、熱い合戦に強い選手がそろって、4人制
- ・有カキ !!

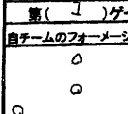
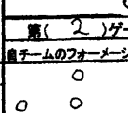
2-1-1の7人制

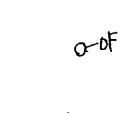
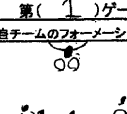
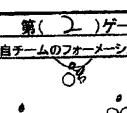


- ・3-1-1の變形バージョン。
- ・中盤の一人が中核となり、この選手が攻めと守りの両方に力になる。
- ・Pivotやポスト役を担うのは、3-1-1と同じ。
- ・常に前線に人がはいることで、攻撃はシンクロにできる。

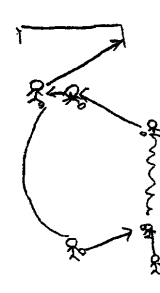
チームの特徴 ()班			
〈攻撃〉 ・〇〇くんを中心にボールを回す。 ・〇〇くんはボールをあげ突進し、サイドから上がります。 [個人の能力をいかした攻撃]		〈守備〉 ・〇〇くん、〇〇くんを中心に前からとんとんアプローチする。 ・GKの〇〇くん、〇〇くんは積極的に前に出てボールをいかに奪い取る。 [リスクをとりつつ守備]	
ゼッケン	氏名	長所・持ち味	課題
①	〇〇	[GK]・積極的の前に出てきて、反応も良い。	ゴールクリアランスが少し遅い。 ・コーチングも少ない。
②	〇〇	ドリブルとパスを使い分ける。 突進力・守備力ともに優れている。	決定力が高い。
③	〇〇	・インナーフットが上手い。 ・コーチングが丁寧い。	・守備が甘い。 ・パスが正確。
④	〇	・身体能力が高い。 ・積極的にシュートを打つ。	・スキルの向上!! ・基礎を固める。
⑤	〇〇	・ずばりい。 ・ボールに対して積極的。	・スキルの向上!! ・基礎を固める。
⑥	〇〇	・キープ力・突進力・守備力が高い。 ・シュートも積極的。	・ボールを奪うべき。
⑦	〇〇	・キープ力がある。 ・パスも上手い。	・守備が甘い。 ・もう少し速くとかある。
⑧	〇〇	[GK]・積極的の前に出てきて、反応も良い。	・ゴールクリアランスが少し遅い。 ・コーチングも少ない。

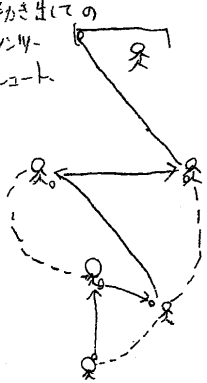
11月9日 木曜日 3限 時間目 (記録者 〇〇)	
本時のめあて マークをはかす。	審判 審判 得点 ゲーム分析()班 ゲーム分析()班
練習メニュー (具体的に書こう) 対面パス 3対1のボール回し 2対2	第(1)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(3)班  (特徴) 両サイドが上げて、トップの人を、フォローする 作戦 トップはボールをあずけて両サイドがフォローする 結果(1)対(1) 勝ち点(1) がんばった人 〇〇 くん
ゲームを繰り返して良かったこと ボールのアプローチを前よりできて、マークをしっかりとできていた。	第(2)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(2)班  (特徴) 真ん中の人がパスの中心になってパスを回す 作戦 真ん中の人を決めて、パスを回して点をとる 結果(1)対(0) 勝ち点(6) がんばった人 〇〇 くん 累積勝敗 (0)勝(1)敗(1)分 勝ち点(1)
改善すべきこと 〇〇君を中心に、ボール回しをやりたいた。 パスを出した後の、サポートのおそさ。	

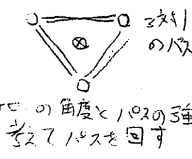
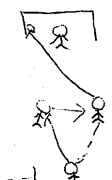
11月16日 木曜日 3限 時間目 (記録者 〇〇)	
本時のめあて 〇〇君を中心にゲームを作る。サポーターの速さ	審判 審判 得点 ゲーム分析()班 ゲーム分析()班
練習メニュー (具体的に書こう) 3対1のボール回し キーパーは、シュートを止める練習 シュート練習	第(1)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム()班  (特徴) 真ん中の人を使ってゲームを作る。 作戦 真ん中の人にボールを回してサイドから(パスに上がり)攻撃 結果(2)対(2) 勝ち点(4) がんばった人 〇〇 くん 第(2)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム()班  (特徴) 両サイドの人が攻撃をする 作戦 両サイドから真ん中にボールをたいて、中央から攻撃 結果(2)対(1) 勝ち点(0) がんばった人 〇〇 君 累積勝敗 (0)勝(1)敗(1)分 勝ち点(1)
ゲームを繰り返して良かったこと 今までは止めた攻撃できた	
改善すべきこと 〇〇のキーパー	

11月17日 金曜日 2限 時間目 (記録者 〇〇)	
本時のめあて 後ろから声を出してサイドに追い、おそさを止める。	審判 審判 得点 ゲーム分析()班 ゲーム分析()班
練習メニュー (具体的に書こう)  4対2...オフェンスは4人、ディフェンスは2人。オフェンスは4人でボールを回して、ディフェンスは2人でボールを奪う。オフェンスは声を出して、ディフェンスは声を出して、ボールを奪う。	第(1)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(2)班  (特徴) 〇〇君がボールを回して、オフェンスは声を出して、ディフェンスは声を出して、ボールを奪う。 作戦 〇〇君はボールを回して、オフェンスは声を出して、ディフェンスは声を出して、ボールを奪う。 結果(4)対(2) 勝ち点(0) がんばった人 〇〇 くん 第(2)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム()班  (特徴) 〇〇君がボールを回して、オフェンスは声を出して、ディフェンスは声を出して、ボールを奪う。 作戦 〇〇君はボールを回して、オフェンスは声を出して、ディフェンスは声を出して、ボールを奪う。 結果(3)対(1) 勝ち点(3) がんばった人 〇〇 くん、〇〇 くん、〇〇 くん 累積勝敗 (1)勝(1)敗(0)分 勝ち点(3)
ゲームを繰り返して良かったこと 3対1の試合か、サイドから追い込めていたこと。	
改善すべきこと コーナーの試合は、後ろから声が出ない。	

チームの特徴 (2)班			
〈攻撃〉 ・〇〇くんを中心に短いパスをつないで相手の守備をくずす。 ・〇〇くんの決定力・突破力も優れている。 [個人のスキルが高いからこその攻撃]		〈守備〉 ・〇〇くんを中心に前からの早いアプローチ。 ・また、個人の能力・必中などもホントにうまい。 [守備がしっかりしているからこその守備]	
ゼッケン	氏名	長所・持ち味	課題
①	〇〇	身体能力が高い。 ・スキルもとても高い。 ・決定力なども優れている。	・守備が軽いことがある。
②	〇〇	・素早い。 ・積極的なドリブルする。	・パスがたまにミス。 ・守備もたまに軽い。
③	〇〇	・ドリブル積極的にかいく。 ・シュートの意欲も高い。	・スキルの向上!! 「基礎をみがこう」
④	〇〇	・ドリブル積極的にかいく。 ・シュートの意欲も高い。	・スキルの向上!! 「基礎をみがこう」
⑤	〇〇	・アプローチが早く守備もよい。 ・ドリブル・パス・シュートも使い分けられる。	・決定力が高い。
⑥	〇〇	・テクニックがある。 ・足元の守備もとても強い。	・フリースキナー。 (ミスが多い)
⑦	〇〇	[守備] ・コンパクトな守備がよい。	・声がない。 ・前へ出ていくことが少ない。
⑧	〇〇	・ドリブル積極的にかいく。 ・パスの意欲も高い。	・スキルの向上!! 「基礎をみがこう」

11月14日 木曜日 3限 時間目 (記録者 〇〇 〇〇 〇〇)	
本時のめあて 正々堂々と戦う	審判 〇〇 〇〇 得点 〇-〇 ゲーム分析(1)班 ゲーム分析(3)班
練習メニュー (具体的に書こう) ポストシュート 	第(1)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(1)班 (特徴) 「力強い」 「守備が少し弱い」 作戦 守備からのミキシングで速くして 運動をさせる 結果(1)対(1) 勝ち点() がんばった人 〇〇君
ゲームを振り返って 良かったこと VILの中心としたパス回しで 点をとることができた。	第(2)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(3)班 (特徴) 「守備強い」 作戦 相手のミキシングに対して速いのでパスを中バックスで 試合をする 結果(2)対(0) 勝ち点() がんばった人 〇〇君
改善すべきこと 守備を中心にゲームをする。	累積勝敗 (2)勝(0)敗(0)分 勝ち点(6)

11月16日 木曜日 3限 時間目 (記録者 〇〇 〇〇 〇〇)	
本時のめあて 中盤を支配してゲームを有利にする	審判 〇〇 〇〇 得点 〇-〇 ゲーム分析(1)班 1人1人から ゲーム分析(3)班 守備がよい
練習メニュー (具体的に書こう) 争い出ているワンリシュート 	第(1)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(1)班 (特徴) 〇〇君 〇〇君を 中心としたチーム。 ミキシングが強い。 作戦 しっかり全員で守り としたら全員が上げて 速いパスをかける。 結果(2)対(2) 勝ち点(1) がんばった人 〇〇
ゲームを振り返って 良かったこと 1人1人キープ出来ていて ボールを回す事が出来た。	第(2)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(3)班 (特徴) 〇〇君を中心と しているため 〇〇君を抑える 作戦 〇〇君をしっかり抑えてから 動き出し早く判断も早く 多彩な攻撃をする 結果(0)対(0) 勝ち点(1) がんばった人 〇〇くん
改善すべきこと がジョーニングが悪く ミキシング守備も 中途半端だった	累積勝敗 (2)勝(0)敗(2)分 勝ち点(8)

11月17日 金曜日 2限 時間目 (記録者 〇〇 〇 〇)	
本時のめあて ボール回しを速くゲームを創る	審判 〇〇 〇〇 得点 〇〇-〇 ゲーム分析(1)班 ドリブルが上手 ゲーム分析(3)班
練習メニュー (具体的に書こう)  70度の角度と102の3重を とってパスを回す  ポストシュート 簡単なシュート練習を 1人1人はきき取りながら	第(1)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(1)班 (特徴) 攻撃は〇〇君 〇〇君がキープ している 作戦 〇〇君 〇〇君をきき取り抑えて 攻撃は1人1人から速く。 守備はしっかり守りながら 結果(3)対(0) 勝ち点(3) がんばった人 〇〇くん
ゲームを振り返って 良かったこと 無失点 パスが回れば サッカー部以外の人が 点を入れた	第(2)ゲームのフォーメーションと作戦 自チームのフォーメーション 対戦チーム(3)班 (特徴) 「攻撃が速い」 「守備が弱い」 作戦 相手のミキシングを速くして 試合をする 結果(2)対(0) 勝ち点(3) がんばった人 〇〇くん
改善すべきこと 確実に決めろ	累積勝敗 (4)勝(0)敗(2)分 勝ち点(14)

()月()日 木曜日 3限 5時間目 (記録者 ○○)

本時のめあて
1Pズの精進を高める!!

練習メニュー (具体的に書くこと)
(前日の復習)

○ ← ○ ○ → ○
× — チャレンジ — ×
× — カル — ×

チャレンジとカルとの違い!!

3対1
アローキック
ドリブルでボールを動かす
パスの出し方、受け方
ゴールキーパーの動き

審判 ○○ ○○
得点 ○○
ゲーム分析(1)班 ○○ ○○
ゲーム分析(2)班 ○○ ○○

第(1)ゲームのフォーメーションと作戦

自チームのフォーメーション 対戦チーム(1)班

OF ↑ MF ↑ DF DF GK	(特徴) 守りが甘い。
-----------------------------	----------------

作戦
守りが甘いので、ゆっくりとボールを出して
相手の守りをくずす。

結果(1)対(1) 勝ち点(1)
がんばった人 ○○○ 君

第(2)ゲームのフォーメーションと作戦

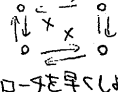
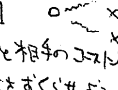
自チームのフォーメーション 対戦チーム(2)班

OF ↑ MF ↑ DF DF GK	(特徴) 1人だけ速い。 シュートがよく入る。
-----------------------------	-------------------------------

作戦
チャレンジとカルに力を入れて。
相手にシュートをさせない。

改善すべきこと
マンツーマンでマークをつけていない。
DFがなだめる。
相手にシュートをさせてしまった。
ボールを失うすぐた。

累積勝敗
(0)勝(1)敗(1)分
勝ち点(1)

11月17日 日曜日 限7時間目 (記録者 〇〇〇〇)																			
<p>本時のめあて 人数がわけてボールを回す!! ～カウンターをねらおう～</p> <p>練習メニュー (具体的に書く)</p> <p>4対2 </p> <p>右アプロを早くしよう。 右キープをとおせ!! 頭をいかりつかう</p> <p>1対1 </p> <p>右いかりと相手のパスをよめる。 右スペースをすぐくせよう。 右相手のパスを見逃すな!!</p>	<p>審判 〇〇〇〇 得点 〇〇〇〇 ゲーム分析(1)班 〇〇〇〇 ゲーム分析(2)班 〇〇〇〇</p> <p>第(1)ゲームのフォーメーションと作戦</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>自チームのフォーメーション</th><th>対戦チーム(1)班</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>OF OF</td><td>(特徴) 〇〇番、安定したパス!! パスは keep 時間短 長!!</td></tr> <tr> <td>DF DF</td><td></td></tr> <tr> <td>(GK)</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>作戦 〇番には必ずマテつく。 keep する時間を長いため、前線からパスをいれよう。 アローを相手をおせよう!!</p> <p>結果(1)対(3) 勝ち点(0) がんばった人</p> <p>第(2)ゲームのフォーメーションと作戦</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>自チームのフォーメーション</th><th>対戦チーム(2)班</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>DF</td><td>(特徴) 〇〇番の安定したパス!! 注意。 〇〇番、〇〇番の ロングシュートに注意</td></tr> <tr> <td>MF</td><td></td></tr> <tr> <td>DF DF</td><td></td></tr> <tr> <td>(GK)</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>作戦 ボールを奪取できなければ、前線と同じく 前線からパスをいれよう。 注意!!</p> <p>結果(0)対(2) 勝ち点(0) がんばった人 〇〇番、〇〇番</p> <p>累積勝敗 (0)勝(2)敗(0)分 勝ち点(0)</p>	自チームのフォーメーション	対戦チーム(1)班	OF OF	(特徴) 〇〇番、安定したパス!! パスは keep 時間短 長!!	DF DF		(GK)		自チームのフォーメーション	対戦チーム(2)班	DF	(特徴) 〇〇番の安定したパス!! 注意。 〇〇番、〇〇番の ロングシュートに注意	MF		DF DF		(GK)	
自チームのフォーメーション	対戦チーム(1)班																		
OF OF	(特徴) 〇〇番、安定したパス!! パスは keep 時間短 長!!																		
DF DF																			
(GK)																			
自チームのフォーメーション	対戦チーム(2)班																		
DF	(特徴) 〇〇番の安定したパス!! 注意。 〇〇番、〇〇番の ロングシュートに注意																		
MF																			
DF DF																			
(GK)																			
<p>ゲームを繰り返して 良かったこと 何回かはみんなてボールは うばうことかできた。</p> <p>改善すべきこと 前からとどろくアローをきく 1人1人がかきとるすぐに始かて ほめて点をとられてしまった。なので 次回からは、1対1の練習を中心に 行なっていく</p>																			

フットサルの歴史

もと、もと、フットサルはサッカーを表す「Foot」と、室内を意味する「Sal」を合わせた言葉が語源です。スペイン語とポルトガル語がもとになっていると言われています。日本のフットサル連盟は、1977年に設立されました。1982年にブラジルで行われた第1回世界サセンスフットボール選手権大会に日本も参加していて、その当時は、イタリアに勝利するなど大健闘をしました。フットサルの起源には2つの大きな流れがあると言われています。1つはブラジル・南米を中心に弾まないボールを使って発展した「サセンスフットボール」です。もう1つは、サッカー発祥の地イギリスから始まってヨーロッパ、北米などへ広まった「インドアサッカー」です。インドアサッカーの方は、室内でプレーし、かべの跳ね返りを利用したスラッシュやアタックのような要素ももたゲームです。

社会人・大学生チームと対戦して 氏名

僕はサッカーをしているのでフットサルにも1つ、こう自信があったけど、大学生のチームの人と対戦して、まだまだだなと思いました。やはり大学生の人は、普段からフットサルに詳しい。しかも、戦術の知識がかなりあって、見てわかる部分が多かったです。そして、何よりもみんな楽しんでフットサルをやるのが、とてもよかったです。また、こんな機会があればいいです。

社会人・大学生チームと対戦して 氏名

体育館に行くし大学生がいて、どんな試合になるのかと楽しみにして、1班と2班の試合を見ていたら、足は速いし、パスワークもよくて、正直勝てるかなと心配になりました。自分の試合では僕は前半しか出なかったけど、大学生の強さやフットサルの難しさ、奥深さがよく分かりました。試合に勝つうれしかったですが、もっと出たかったのも、もっと上手になりたいという気持ちがありました。

社会人・大学生チームと対戦して 氏名

ゴール前のせまいところでもパスを回してロングボールは、どうもどうもないパスじゃなくて、確実につないでるし、うき出しも1人がつぎの後のスペースに人がいて、逆サイドにはみかにかいて、もう大学生チームみたい。コートがせまい中でうき出しがしたいです。

フットサルを終えての感想 氏名

初め頃は、まったく点をきめられなくて、すごく迷惑をかけてしまいましたが、回をかせねることにみんなとコミュニケーションをとることができて楽しかったです。最後の試合で点をきめることができて、いい経験ができたと思います。

フットサルを終えての感想 氏名

最初はサッカーの人数が足りないだけのことかと思って、いたけど、慣れた試合をしていくと違いが明確になっていて、「フットサル」を楽しむようになっていました。試合をしてみると思ったより楽しく、ミスをよくしていまいましたが、少しずつ上手になっていく気持ちで楽しく試合をすることができました。